

Вознюк О.В., Дядюк В.В. Творчість як вирішальний чинник здоров'я учасників освітнього процесу // Магістр медсестринства № 1 (25) 2021. – С. 77-85.

УДК 613:159.9

ТВОРЧІСТЬ ЯК ВИРІШАЛЬНИЙ ЧИННИК ЗДОРОВ'Я УЧАСНИКІВ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ

Вознюк О.В.,

Житомирський державний університет імені Івана Франка, alexvoz@ukr.net

Дядюк В.В.,

Житомирський медичний інститут, dadukvika80@gmail.com

Актуальність проблеми пов'язана з тим, що здоров'я постає наріжною цінністю людського життя, а дослідження умов актуалізації та підтримки здоров'я учасників освітнього процесу виступає важливим завданням сучасних наук про людину. Відповідно, аналіз здоров'я людини у контексті її творчої діяльності, що постає метою статті, дозволяє окреслити один із засадничих принципів формування здорового способу життя цієї людини. Для досягнення мети, тобто для обґрунтування кореляції здоров'я і творчості, використаний теоретичний аналіз проблемного поля, що передбачає залучення таких теорій та концепцій, як теорія стресу Г. Сельє, інформаційна теорія стресу П.В. Симонова, теорія когнітивного дисонансу Л. Фестінгера, концепція надситуативної активності В.А. Петровського і Е.Дісі, теорія творчості як неадаптивної активності Д.Б. Богоявленської, концепція, що встановлює кореляцію між внутрішньою мотивацією людини і її творчою діяльністю, положення про самоактуалізовану особистість А. Маслоу, теорія психологічного захисту та ін. Здоров'я як психофізіологічна сутність розуміється як стан функціонально-соматичної цілісності людського організму, яке забезпечує повноту і різноманітність всього безлічі процесів цього

організму. Втрата здоров'я людським організмом реалізується як втрата ним зазначеного вище стану когерентності, що призводить до підвищення ентропії, тобто до активізації процесів розпаду організму через неузгодженість біоритмів і функцій його клітин, органів і систем. Це знижує енергетичний тонус організму та резистентні можливості його імунітету. Проведений аналіз дозволяє дійти висновку, що творча активність людини може вважатися найважливішим чинником її здоров'я, оскільки вона підвищує енергетичний тонус людини. Цей висновок потребує проведення психолого-педагогічного експерименту щодо з'ясування особливостей впливу творчого потенціалу учасників освітнього процесу на рівень їх соматичного здоров'я.

Ключові слова: творчість, здоров'я учасників освітнього процесу, когеренція, стрес, психолого-світоглядна деструкція, захисні психологічні механізми.

Вступ. Здоров'я людини являє собою одну з наріжних цінностей її життя, а вивчення феномена здоров'я – це один із пріоритетів сучасної науки. Можна сказати, що здоров'я як найскладніший і найважливіший об'єкт для вивчення виявляє міждисциплінарний характер, оскільки тільки в контексті зусиль різних наук можна досягти цілісного розуміння цього феномена. Тому, як засвідчив аналіз наукових джерел, існує більш ніж 300 визначень здоров'я. Ці визначення доцільно сфокусувати у рамках деяких концепцій здоров'я, які можуть бути зведені до таких, як медична (передбачає медичні ознаки і характеристики, здоров'я, яке тут розуміється як відсутність хвороб і їх симптомів), біомедична (як здоров'я розглядається відсутність суб'єктивних відчуттів нездоров'я і органічних порушень), біосоціальна (в рамках цієї концепції розглядаються в єдності медичні та соціальні чинники здоров'я, при цьому пріоритет віддається соціальним чинникам), ціннісно-соціальна (тут здоров'я розуміється як особистісна цінність людини).

Актуальність проблеми. Здоров'я постає наріжною цінністю людського життя. Відповідно, дослідження умов актуалізації та підтримки здоров'я всіх

учасників освітнього процесу виступає важливим завданням сучасних наук про людину, які складають міждисциплінарний ресурс нашого дослідження.

Відповідно, **метою** дослідження є аналіз здоров'я учасників освітнього процесу в контексті творчості як вирішального й інтегрального чинника актуалізації здоров'я.

Виклад матеріалу. Аналіз наукової літератури щодо різних аспектів здоров'я дозволяє зробити висновок, який має характер своєрідного постулату: найбільш повно здоров'я як психофізіологічна сутність характеризує стан функціонально-соматичної цілісності людського організму, що забезпечує повноту і різноманітність всієї множини процесів цього організму [12].

Втрата здоров'я людським організмом реалізується як втрата ним зазначеного вище стану цілісності/когерентності в результаті певних дій на організм з боку зовнішнього і/або внутрішнього середовища, що, відповідно до другого закону термодинаміки, призводить до підвищення ентропії, тобто до активізації процесів розпаду організму через неузгодженість біоритмів та функцій його клітин, органів і систем.

У контексті проблеми здоров'я цілісність людського організму проявляється також в тому, що на будь-який негативний подразник зовнішнього середовища організм відповідає єдиною пристосувальною реакцією – стресом, результатом якого є різні хвороби (Г. Сельє [10]). Стрес як психофізіологічний процес постає цілісним станом оскільки він супроводжується стійким набором неспецифічних реакцій організму, загальних для більшості, якщо не для всіх, хвороб.

Зазначений феномен дозволяє припустити, що у витоків безлічі захворювань лежить вузький набір причин, що сфокусований навколо єдиного чинника, який призводить до ослаблення життєвого тону організму, звужуючи його "життєвий простір". Це, у свою чергу, призводить до спотворення нормального режиму функціонування однієї із "слабких" ланок організму, що і продукує хворобу, яка переборюється єдиним же чинником/ресурсом – імунітетом, процес ослаблення якого зараз розглядається

в якості основного чинника будь-якої хвороби, в тому числі і COVID-19.

У цілому, стрес як найпоширеніший феномен сучасного світу виступає, перш за все, інформаційним процесом, оскільки є психофізіологічним "потрясінням" людського організму, зумовленим в меншій мірі негативними/стресорними діями зовнішнього середовища, і в більшій, – психолого-світоглядним негативізмом самої людини. Тобто, соматичні реакції організму на той чи інший стимул (подразник) зовнішнього середовища, в силу наявності великих ресурсів механізму гомеостазу (що реалізує діалектичну стійкість внутрішнього середовища живих систем), як правило, не можуть привести до хвороби (тут ми не розглядаємо екстремальні умови існування живої істоти, в тому числі і людини).

У даному випадку хвороба у контексті перебігу інформаційних процесів виникає тоді, коли організм людини не може адекватно реагувати на зовнішні подразники саме в силу своєї психолого-світоглядної деструкції. Остання виступає умовою вироблення безлічі згубних/негативних психологічних установок, емоційних станів і ціннісних орієнтацій, що генерують/актуалізують, в свою чергу, всілякі хвороби. Відтак, зараз багато спеціалістів різних галузей знань доходять висновку, що причина багатьох, якщо не всіх хвороб людини, пов'язана з її психічною організацією, і, в кінцевому підсумку, з її духовно-ціннісно-світоглядними орієнтаціями [2; 5; 8].

Процес лікування будь-якої хвороби при цьому виявляється у певному розумінні простим. Він полягає в гармонізації духовного світу людини, в упорядкуванні її свідомості.

Зазначимо, що стрес на рівні основних психофізіологічних реакцій людини проявляється у вигляді емоцій, які виступають інтегральною характеристикою людського організму, про що свідчить інформаційна теорія емоцій П.В. Симонова, згідно з якою емоція є реакція людини на дефіцит актуальної інформації: якщо людина відчуває дефіцит інформації щодо певної актуальної для неї події, то цей стан формує емоційну (орієнтовну, пошукову, стресову) реакцію, в якій задіяний цілісний організм. Відтак,

експериментально показано, що емоція є функція інформації, коли емоція реалізується як реакція організму на брак інформації про ту чи іншу життєву ситуації, пов'язану з процесом задоволення людиною своїх потреб [11].

Виходячи з інформаційної теорії емоцій можна стверджувати, що дефіцит інформації про зовнішній світ є виразом ситуативної невизначеності, яка породжує у людини стрессорний стан непевності в сьогоденному і завтрашньому дні.

При цьому, стрес як фундаментальна причина хвороб реалізується не тільки в процесі емоційного реагування на подразники зовнішнього і внутрішнього середовища (що виражає адаптивний аспект стресу), але і в процесі неможливості/нездатності такого реагування (що виступає чинником дезаптації).

Найбільш повно психо-енерго-поведінкова складова здоров'я була вивчена Інститутом кинесиології (США), результати досліджень якого наводять у своїх книгах П. Вайнцвайг і директор цього інституту Д. Даймонт [3]. Науковці дійшли висновку, що позитивний настрій і позитивне ставлення до світу є вирішальним чинником підвищення життєвого тону людини і зміцнення її імунітету з усіма соціальними і медико-біологічними наслідками, що впливають з цього [3].

Відтак, здоров'я людини виступає сутністю, яка виражає характер і рівень інтегрованості організму в навколишнє середовище, що на мові синергетики визначається як процес дисипації – відкритості організму зовнішньому середовищу, з яким він обмінюється енергією та інформацією, знижуючи рівень своєї ентропії і отримуючи доступ до енергетичних ресурсів зовнішнього середовища. За таких умов, здоров'я є змінна – функціональна величина, що характеризує здатність організму відновлювати і підтримувати незмінною гомеостатичну рівновагу. У зв'язку з цим здоров'я, яке характеризується певним рівнем адаптаційної енергії, може бути виражено величиною зворотної кількості енергії, яку організм змушений витратити для відновлення гомеостазу після виведення його з рівноваги.

Хвороба, причина якої є зниження життєвого (енергетичного) тону людського організму, актуалізується завдяки стресам, які виступають інформаційної сутністю і є наслідком інформаційної невизначеності важливих для людини подій. Таким чином, падіння енергетичного тону організму викликається стресами, які мають як зовнішні (погодні умови, інтенсивне фізичне навантаження, неправильне харчування та ін.), так і внутрішні причини.

До внутрішніх причин (діалектичним чином пов'язаних із зовнішніми причинами) відноситься "негармонійний" світогляд і мислення людини, які можуть привести до розвитку "негармонійного", "патологічного" ставлення до життя через вироблення деструктивних психологічних установок. Це, в свою чергу, призводить до виснаження життєвої енергії: як показали експерименти, падіння життєвої енергії у людини має місце внаслідок її негативного ставлення до себе і навколишнього середовища, що підтверджується вивченням ракових та інших захворювань: причиною як раку, так і інших хвороб, виступають тривалі вкорінені негативні стресові стани/реакції людини (ненависть, гнів, образа, ревності та ін.). Навпаки, позитивне ставлення людини до життя підвищує енергетичний тонус організму [3].

Існує ефективний механізм повного зниження інформаційної невизначеності соціального середовища людини, не пов'язаний з численними механізмами психологічного захисту, – віра в Вищий Розум (Абсолют) як переконаність людини в наявності Бога – творчого гармонійного початку реальності.: як засвідчують наукові дослідження, віруючі люди менше хворіють і живуть довше.

У зв'язку з висновком про те, що стрес виступає головною причиною людських хвороб, розглянемо фундаментальний механізм існування сучасної людини, пов'язаний з формуванням *психологічних захистів як універсальних пристосувальних реакцій людини на стресогенне соціальне середовище*.

Найбільш повно механізми психологічного захисту вивчені в контексті *теорії когнітивного дисонансу* (когнітивної дистрибуції), яка показує, що "ми

не переробляємо інформацію неупереджено, а спотворюємо її таким чином, щоб вона задовольняла нашим раніше засвоєним уявленням" (Е. Аронсон [1]). У момент когнітивного дисонансу людина прагне звільнитися від амбівалентної (двоїстої) парадоксальної когнітивної ситуації за допомогою спотворення дійсності (що можна проілюструвати байкою про "зелений виноград").

Наприклад, коли ми купили якусь вельми дорогу річ, яка потім виявилася непотрібною, тобто не вартою заплачених за неї грошей, то ми виявляємо дві протилежні когніції (припущення): або річ дійсно є цінною і коштує витрачених грошей, або ми опинилися "невдахами".

Ці дві протилежні когніції, по-перше, не можуть мирно співіснувати одна з одною в "чорно-білій" свідомості людини з її двійковою "так-ні" логікою мислення. Саме для даної людини виникає зазначена проблема, пов'язана з когнітивним дисонансом. По-друге, людині, яка володіє чорно-білим мисленням, для запобігання падінню самооцінки, виявляється вельми проблематичним визнати себе невдахою.

Принциповим в даному випадку виявляється те, що багато людей причиною своїх успіхів вважають себе, а невдач – інших людей, навколишнє середовище, долю тощо.

Таким чином, протиріччя між двома протилежними ідеями (подіями), на яких зосереджується людина, що характеризується чорно-білим дискретно-лінійним сприйняттям дійсності, часто призводять до того, що одна з цих ідей (подій) або витісняється, або спотворюється, або трансформується в напрямку смислового ряду протилежної ідеї. В результаті такого дискретно-лінійного процесу обробки інформації людина втрачає адекватне сприйняття реальності, яка являє собою, насправді, принципово цілісною, нелінійною сутністю, в рамках якої протилежності мирно сусідять і навіть переходять одна в одну.

Соціальна психологія виявила безліч подібних прикладів когнітивного дисонансу, коли в проблемній ситуації через виникнення когнітивного дискомфорту в разі зіткнення двох полярних ідей (психологічних станів), людина відкидає одну з ідей (психологічних станів), оскільки вона не здатна

"фліртувати з абсурдом": в своїй більшості, як зауважив А. Камю, такі люди – це істоти, які витрачають своє життя на переконання себе в тому, що оточуюча їх дійсність не абсурдна. Однак, відкритість абсурду характерна для творчих людей. Проаналізуємо цю тезу більш докладно із залученням результатів у галузі соціально-педагогічних досліджень.

Результати та їх обговорення. Як засвідчує аналіз наукових джерел, творчі люди здатні мислити парадоксально-багатозначним чином, і у процесі подолання когнітивної амбівалентності (подвійності) подій навколишньої дійсності здатні усувати конфлікт між протилежними когніціями шляхом їх поєднання в певній проміжній між ними когніції – нейтральній парадоксальній сутності. Цей акт відкритості до абсурду, парадоксу досягається завдяки творчому парадоксально-метаморфозному мисленню і світогляду, що виявляє дипластію як здатність інтегрувати протилежні сутності (поняття, психологічні стани, емоційні реакції) і оперувати ними (див., наприклад, таку форму мови, як оксиморон – "живий мрець", "сильна слабкість", "геніальна тупість"), що постає провідним чинником розвитку людини в онто- і філогенезі (Б.Ф. Поршнєв).

Відзначимо, що процес когнітивного дисонансу має місце не тільки на логіко-поведінковому, психолого-світоглядному, а й на психофізіологічному і соматичному рівнях організму, що є причиною багатьох хвороб – психічних, психосоматичних, соматичних. У фізіології когнітивний дисонанс виступає в образі павлівського "збивання мотивів" (конфлікту двох протилежних і однаково сильних мотивів поведінки), що є умовою виникнення неврозів, які експериментальним чином викликаються сильним збудженням гіпоталамуса (при якому одночасно активізуються обидві його відділи), а також в процесі боротьби суперечливих прагнень/мотивів людини (А.М. Свядощ).

Людина ж, яка виступає відкритою системою і яка сприймає світ з повною довірою, поєднуючи полярні його аспекти, є творчою особистістю, оскільки, як засвідчують експерименти, люди з високим творчим потенціалом краще асоціюють поняття з протилежними значеннями, ніж з подібними (В.С. Ротенберг).

Тут потрібно сказати і те, що творчість як процес інтеграції контрастних і суперечливих сутностей і створення нових цілісностей (смислів), є головною рисою еволюційного механізму. Як пише Ф.Клікс, найважливіша передумова появи нової якості складається тоді, коли дві системи, які незалежно виникли для виконання різних функцій, вступають між собою у взаємодію. Ця взаємодія породжує нову якість, при цьому дві початкові структури зберігаються в новій функціональній єдності як її часткові підсистеми, однозначні за своєю природою [7].

Згідно В.С.Ротенбергу, творчі люди можуть зберігати стан невизначеності, володіючи можливістю рефлексувати і використовувати одночасно кілька протилежних один по відношенню до одного ідей, понять, уявлень, психологічних, психофізіологічних станів. І, як наслідок, творчі люди можуть сприймати і досліджувати такі відносини і зв'язки, які є недоступними для тих, хто схиляється до ясності і однозначності.

Якщо творча особистість є метою розвитку людини, то такою ж метою розвитку є і фундаментальна властивість творчої людини, що полягає в здатності включати полярні аспекти світу в єдиний концептуальний і онтологічний контекст, тобто сприймати світ як дещо цілісне, інтегральне і парадоксальне/абсурдне.

У зв'язку з цим відзначимо, що творча людина, характеризуючись розвитком внутрішньої мотивації як стану самодетермінації і самодостатності, володіє життєстійкістю завдяки високому рівню адаптаційних механізмів, які їй притаманні в силу творчого, парадоксального, багатозначного ставлення до реальності, що дозволяє творчій людині контролювати різні події/чинники цієї реальності, досягаючи стану контролювання свого життя.

Крім того, як засвідчили психологічні дослідження, внутрішня мотивація як психологічний механізм самоконтролю людини реалізується в так званій надситуативній творчій діяльності (як способі переборення, трансцендування наявної життєвої ситуації "тут і тепер"). Тобто внутрішня мотивація, що звільняє людину від детермінації її поведінки зовнішнім середовищем, реалізує

творчий акт, який постає діяльністю, вільною від зовнішніх впливів, діяльністю заради самої діяльності, подібно до "мистецтва заради мистецтва".

Формування внутрішньої мотивації до певного виду діяльності впливає з розвитку творчої складової учасників освітнього процесу, коли формування/розвиток творчої особистості є головним моментом у кристалізації внутрішньої (самодетермінантної) мотивації щодо поведінки людини, а творчість при цьому є виходом у сферу багатозначного, багатомірного, парадоксального, абсурдного, дипластичного розуміння реальності та її освоєння. Тобто творчість передбачає актуалізацію надситуативності як здатності суб'єкта долати принцип доцільності, виходити за рамки "тут і тепер".

Внутрішня мотивація формується на шляху непрагматичної діяльності (якою і виступає творчість): експерименти Річарда де Чармса показали, що якщо людина отримує винагороду за роботу, яку вона робить за власним бажанням, то внутрішня мотивація цієї діяльності буде слабшати; а якщо ж людина не винагороджується за нецікаву діяльність, розпочату нею тільки заради винагороди, то внутрішня мотивація до неї може парадоксальним чином посилитися [6].

Едвард Дісі показав, що відчуття людиною себе як компетентного діяча і самодетермінованої особистості окреслює її базові потреби. З іншого боку, задоволення цих базових потреб у тій чи іншій діяльності реалізує механізм формування внутрішньої мотивації до цієї діяльності, як і остання постає чинником реалізації зазначених базових потреб, з якими тісним чином пов'язана ще одна базова потреба – потреба в значущих відносинах.

Наведені вище результати дозволили Е. Дісі і Р. Раяну на базі Ротчерського університету (США) обґрунтувати теорію когнітивної оцінки, згідно з якою людина в процесі тієї чи іншої діяльності проводить оцінку трьох параметрів: причинного (коли людина прагне з'ясувати, що є причиною її дій – вона сама або дещо ззовні), компетентнісного (пов'язаного із з'ясуванням ефективності діяльності) та соціального (коли залучена до діяльності людина, прагне з'ясувати, наскільки її діяльність сприяє підтримці значущих

міжособистісних відносин).

Дослідники вважають, що в умовах, коли людина впевнено локалізує причину своїх дій у собі, вважає себе компетентною і інтегрованою у соціальну систему значущих відносин, то така людина характеризується внутрішньою мотивацією своєї діяльності (поведінки), а сама діяльність набуває творчих рис, приносячи людині успіх і психологічне благополуччя. Останнє включає в себе переживання щастя, відчуття осмисленості та повноти свого існування, почуття самоактуалізації [9], високого життєвого тону, відчуття "поток".

Саме цей стан, що характеризує творчу людину, яка володіє багатозначним парадоксальним нелінійним мисленням, звільняє її від стресів як результату "чорно-білого" однозначного лінійного "хворобливого" мислення, сприйняття та освоєння дійсності людиною.

Висновки.

1) Енергія як міра руху і зміни організму виступає функцією біоритмічної єдності його органів і систем, тобто енергія реалізує єдність організму, що досягається через функціональну когерентність його клітин, органів і систем, а також реалізує його відкритість зовнішньому середовищу, з якого організм черпає енергетичні ресурси. Втрата енергії організмом призводить до зниження його життєвого тону та імунітету в процесі розпаду цього організму через дисінхронізацію його клітин, органів і систем, що збільшує його ентропію, тобто хаотизує його внутрішнє середовище. Цей стан можна доцільно вважати хворобою.

2) Чинник, який призводить до розпаду організму, є стресом – психофізіологічним "потрясінням" організму. Стрес в його найбільш загальному вигляді можна трактувати як емоційний стан, пов'язаний з інформаційною невизначеністю, в яку потрапляє людина в процесі задоволення своїх потреб. Цей емоційний стан інформаційної невизначеності реалізується як негативні психічні реакції людини та ініціюється негативними емоційними станами, неповноцінними психологічними установками і атитюдами, антидуховними ментально-світоглядними ціннісними орієнтаціями, що

викликають падіння життєвого тону та призводять до ослаблення імунітету організму, що активізує ті чи інші хвороби.

3) Долаються негативні стани за допомогою впевненості людини в гармонійному устрої світу. Іншим засобом досягнення людиною здоров'я людиною є подолання негативних станів через творчість як здатність об'єднувати протилежності, що кристалізує цілісності, що виявляють синергетичний феномен системних властивостей цілого ("ціле більше частин"), що знижує ентропію середовищ і систем, підвищує життєвий тонус людини і зміцнює її імунітет/здоров'я.

Перспективи дослідження. Перспективами нашого дослідження можна вважати проведення психолого-педагогічного експерименту щодо з'ясування особливостей впливу творчого потенціалу учасників освітнього процесу на рівень їх соматичного здоров'я.

REFERENCES:

1. Aronson E., & Aronson J. *The social animal*. (9 ed.) Worth/Freeman, 2004. 454 p.
2. Davydovskij I.V. Adaptive processes in pathology. (medical biological aspect of the problem). [Article in Czech] *Lek Veda Zahr*. 1963, 18; 10. P.198-204.
3. Diamond J.M. *Behavioral Kinesiology. How to Activate Your Thymus and Increase Your Life Energy*. N. Y.: Harper and Row, 1979. 234 p.
4. Frankl V. *Man's Search for Meaning: an introduction to logotherapy*. Beacon Press books, N.Y., 1992. 160 p.
5. Hamer R.G. *Summary of the New Medicine. Amici di Dirk*. 2000. 173 p.
6. Heckhausen Heinz. *Motivation und Handeln. Lehrbuch der Motivationspsychologie*. Springer, Berlin. 1991. 245 s.
7. Klix F. *Erwachendes Denken. Geistige Leistungen aus evolutionspsychologischer Sicht*. Spektrum Akademischer Verlag. 1993. 405 s.
8. Maslow A.H. *The Farther Reaches of Human Nature*. N. Y.: Penguin Books. 1976. 407 p.
9. Ryan R. M., Deci E. L. On Happiness and Human Potentials. *A review of*

research on hedonic and eudaimonic well-being. In S. Fiske (Ed.), Annual Review of Psychology. 2001. Vol. 52, Pp. 141-166.

10. Selye J. *Stress Without Distress*. Philadelphia: J. B. Lippincott Co., 1974. 122 p.
11. Simonov P.V. *The motivated brain: a neurophysiological analysis of human behavior*. 1991. Philadelphia: Gordon and Breach Science Publishers, 280 p.
12. Voznyuk A.V. Aggression and health: an attempt at conceptual integrating these phenomena. *Technologies of intellect development*. 2018. 8(19). URL http://www.psytir.org.ua/index.php/technology_intellect_develop/article/view/320

Voznyuk O.V., Dyadyuk V.V. Creativity as a decisive factor of the health of the participants in educational process

The urgency of the problem stems from the fact that health can be understood as the cornerstone value of human life, and the study of the conditions for actualizing and maintaining the health of the participants in the educational process is an important task of modern human sciences. Accordingly, the analysis of human being's health in the context of his/her creative activity, which is the purpose of the article, enables outlining one of the basic principles of the formation of a healthy lifestyle in a human being. To achieve the purpose, that is, to substantiate the correlation between health and creativity, a theoretical analysis of the problem field has been used, which presupposes applying such theories and concepts as the theory of stress by H. Selye, the information theory of stress by P.V. Simonov, L. Festinger's theory of cognitive dissonance, V.A. Petrovsky and E. Dici, the theory of creativity as non-adaptive activity by D.B. Bogoyavlenskaya, the concept that establishes a correlation between a person's internal motivation and his creative activity, A. Maslow's provisions for the self-actualized personality, the theory of psychological defense, etc. The loss of health by the human body is realized as the loss of the above-mentioned state of coherence, which leads to an increase in entropy, that is, to the activation of the processes of disintegration of human body due to the

inconsistency of biorhythms and functions of its cells, organs and systems. This reduces the energy tone of the body and the resistant capabilities of its immunity. The analysis made it possible to conclude that the creative activity of a human being can be considered the most important factor in his/her health, since it increases the energy tone of a person. This conclusion requires a psychological and pedagogical experiment to clarify the peculiarities of the impact of the creative potential of participants in the educational process on the level of their somatic health.

Key words: creativity, health of participants in the educational process, coherence, stress, psychological and worldview destruction, protective psychological mechanisms.

**Вознюк А.В., Дядюк В.В., Творчество как решающий фактор
здоровья участников образовательного процесса**

Актуальность проблемы связана с тем, что здоровье можно понимать как краеугольную ценность человеческой жизни, а исследования условий актуализации и поддержания здоровья участников образовательного процесса является важной задачей современных наук о человеке. Соответственно, анализ здоровья человека в контексте его творческой деятельности, что выступает целью статьи, позволяет очертить один из основных принципов формирования здорового образа жизни этого человека. Для достижения цели, то есть для обоснования корреляции здоровья и творчества, использован теоретический анализ проблемного поля, который предусматривает привлечение таких теорий и концепций, как теория стресса Г. Селье, информационная теория стресса П.В. Симонова, теория когнитивного диссонанса Л.Фестингера, концепция надситуативной активности В.А. Петровского и Э.Диси, теория творчества как неадаптивной активности Д.Б. Богоявленской, концепция, устанавливающая корреляцию между внутренней мотивацией человека и его творческой деятельностью, положения о самоактуализированной личности А. Маслоу, теория психологической защиты и др. Здоровье как психофизиологическая сущность понимается как состояние функционально-соматической целостности человеческого организма, которая обеспечивает полноту и разнообразие всего

множества процессов этого организма. Потеря здоровья человеческим организмом реализуется как потеря им указанного выше состояния когерентности, что приводит к повышению энтропии, то есть к активизации процессов распада организма из-за несогласованности биоритмов и функций его клеток, органов и систем. Это снижает энергетический тонус организма и резистентные возможности его иммунитета. Проведенный анализ позволяет сделать вывод, что творческая активность человека может считаться важнейшим фактором ее здоровья, поскольку она повышает энергетический тонус человека. Этот вывод требует проведения психолого-педагогического эксперимента по выяснению особенностей влияния творческого потенциала участников образовательного процесса на уровень их соматического здоровья.

Ключевые слова: творчество, здоровье участников образовательного процесса, когеренция, стресс, психолого-мировоззренческая деструкция, защитные психологические механизмы.